

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke dewasa yang ditandai oleh berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis. (Abu Bakar, 2014). Menurut Depkes RI (2010) usia remaja yaitu antara 10-19 tahun, masa tersebut merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia yang sering disebut masa pubertas. Pada remaja wanita, salah satu tanda kematangan organ reproduksi adalah ditandai dengan datangnya menstruasi (*menarche*). Menstruasi adalah proses terjadinya perdarahan yang disebabkan luruhnya dinding rahim karena tidak adanya pembuahan (Andriyani, 2013).

Beberapa wanita usia subur mengalami nyeri pada saat menstruasi. Nyeri tersebut berlangsung di hari-hari menjelang atau awal menstruasi. Nyeri biasanya terasa diperut bagian bawah atau tengah bahkan terkadang hingga ke pinggul, paha, dan punggung (Mumpuni dan Andang, 2013). Nyeri perut saat haid atau *dismenore* yang dirasakan oleh setiap wanita berbeda-beda, ada yang sedikit terganggu namun ada juga yang sangat terganggu hingga tidak dapat menjalankan aktivitas (Andriyani, 2013). Seperti yang dijelaskan oleh Polat (2009) apabila aktivitas terganggu maka akan menyebabkan penurunan kualitas hidup akibat tidak masuk sekolah maupun bekerja.

Prevalensi kejadian *dismenore* pada wanita di dunia cukup besar. Di Amerika, pada tahun 2012 angka kejadian *dismenore* sebanyak 72,9% (Beghum, 2012), sedangkan di Italia terdapat 84,1% wanita mengalami

dismenore (Grandi, 2012). Di Indonesia, angka kejadian *dismenore* berkisar antara 45-95% di kalangan wanita usia produktif (Proverawati dan Misaroh, 2009).

Penelitian yang dilakukan Novia (2012), menunjukkan 84,4 % remaja usia 16 – 18 tahun di SMA St. Thomas 1 Medan mengalami *dismenore*. Sedangkan Penelitian Hidayati (2015) di SMK Batik 2 Surakarta, menunjukkan sebanyak 21,5% mengalami nyeri ringan, 35,6% mengalami nyeri sedang 1, 17,2% mengalami nyeri sedang 2, 11,6% mengalami nyeri berat, 5,5% mengalami nyeri tak tertahankan, dan hanya 8,6% yang tidak mengalami *dismenore* pada saat atau menjelang menstruasi. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMK Muhammadiyah Bumiayu Kabupaten Brebes pada tanggal 9-10 Mei 2016 terhadap 47 siswi, total siswi yang mengalami nyeri pada saat atau menjelang menstruasi cukup besar, yaitu sebanyak 89,4%, dengan klasifikasi sebanyak 46,8% mengalami nyeri ringan, 8,5% mengalami nyeri sedang 1, 17% mengalami nyeri sedang 2, 15% mengalami nyeri berat, 2,1% mengalami nyeri tak tertahankan, dan 10,6% tidak mengalami nyeri. Informasi yang didapatkan dari guru BK (Bimbingan dan Konseling), selama kegiatan di sekolah banyak siswi yang sering melaporkan keluhannya tentang *dismenore* primer, dan beberapa memilih untuk istirahat di UKS. Meskipun pada umumnya tidak berbahaya, namun bagi wanita yang mengalaminya seringkali mengganggu aktivitas. Derajat nyeri dan tingkat gangguan tidak sama pada setiap wanita. Ada yang masih bisa bekerja, ada pula yang tidak sanggup beraktifitas karena merasakan nyerinya (Proverawati dan Misaroh, 2009).

Nyeri Haid atau dismenore dibagi menjadi dua jenis, yaitu *dismenore* primer dan sekunder. *Dismenore* primer paling sering dijumpai pada wanita usia remaja, sedangkan *dismenore* sekunder ditemukan paling banyak pada usia reproduksi (Astarto, 2011). *Dismenore* primer biasanya mulai terasa sejak menstruasi dan tidak ditemukan kelainan dari alat kandungan atau organ lainnya, sedangkan *dismenore* sekunder biasanya terjadi kemudian setelah menstruasi. *Dismenore* sekunder Biasanya disebabkan oleh hal lain seperti endometriosis, fibroid, penyakit radang panggul, IUD, dan tumor pada tuba fallopi, nyeri berlangsung lebih lama dan bisa berlangsung selama siklus (Dewi, 2012).

Faktor yang diduga menjadi penyebab *dismenore* diantaranya adalah kejiwaan, konstitusi (anemia, penyakit menahun), endokrin, dan alergi. Beberapa zat gizi juga mempunyai keterkaitan dengan kejadian *dismenore* seperti kalsium, magnesium, dan zat besi. Kalsium adalah mineral yang amat penting bagi manusia, antara lain berperan dalam pergerakan otot. Jika otot tidak memiliki kalsium yang cukup, maka otot tidak dapat mengendur sehingga dapat mengakibatkan kekejangan pada otot (Almatsier, 2009). Hasil penelitian yang dilakukan Dewantari (2012) di SMA 8 Denpasar menunjukkan bahwa sebagian besar (95%) remaja yang mengalami dismenore berat ternyata tingkat konsumsi kalsiumnya kurang. Ada Hubungan antara tingkat konsumsi kalsium dengan kejadian dismenore.

Magnesium berperan dalam relaksasi otot polos miometrium yaitu menghambat asetilkolin presinaps oleh *motor end-plate* pada *neuromascular junction* dan memblokir reseptor *N-Methyl-D-aspartic acid (NMDA)* yang menyebabkan penghambatan impuls syaraf sehingga penghantaran nyeri

dan kekuatan kontraksi otot polos miometrium menurun (Fawcet, Haxby dan Male, 1999). Penelitian yang dilakukan oleh Tampubolon (2013) di SMA Cahaya Medan menunjukkan bahwa dari 52 siswi yang mengalami dismenore, ternyata sebanyak 78,8% dengan konsumsi Magnesium kurang.

Besi adalah komponen utama yang mempunyai peranan penting dalam pembentukan darah (*hemopoiesis*), yaitu mensintesis hemoglobin. Salah satu fungsi hemoglobin adalah untuk mengikat oksigen yang selanjutnya diedarkan ke seluruh tubuh, apabila kadar hemoglobin kurang maka oksigen yang diikat dan diedarkan hanya sedikit, sehingga mengakibatkan oksigen tidak dapat tersalurkan ke pembuluh-pembuluh darah di organ reproduksi yang pada saat itu mengalami vasokonstriksi sehingga akan timbul rasa nyeri (Tjokronegoro, 2004). Penelitian yang dilakukan Hidayati (2015), menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara asupan zat besi dengan kejadian dismenore pada siswi di SMK Batik 2 Surakarta.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan tingkat kecukupan kalsium, magnesium dan zat Besi dengan kejadian *dismenore* primer pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu Kabupaten Brebes.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, dapat dirumuskan “Apakah terdapat hubungan antara asupan kalsium, magnesium dan zat besi dengan kejadian *dismenore* primer pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara asupan kalsium, magnesium, dan zat besi dengan kejadian *dismenore* primer pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mendeskripsikan kejadian *dismenore* primer pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu.
- b. Mendeskripsikan asupan kalsium pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu.
- c. Mendeskripsikan asupan magnesium pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu.
- d. Mendeskripsikan asupan zat besi pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu.
- e. Menganalisis hubungan antara asupan kalsium dengan kejadian *dismenore* pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu.
- f. Menganalisis hubungan antara asupan magnesium dengan kejadian *dismenore* pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu.
- g. Menganalisis hubungan antara asupan zat besi dengan kejadian *dismenore* pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu.

#### **D. Manfaat**

##### **1. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan bagi peneliti mengenai keterkaitan zat gizi dengan *dismenore* primer serta menambah keterampilan peneliti dalam melakukan penelitian.

##### **2. Bagi Pihak Sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber pengetahuan atau informasi bagi pihak sekolah, sehingga dapat memberikan edukasi kepada siswi mengenai *dismenore* primer.

##### **3. Bagi Siswi**

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai *dismenore* primer kepada siswi, khususnya keterkaitan beberapa zat gizi dengan *dismenore* primer.

#### **E. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup materi pada penelitian ini dibatasi pada pembahasan di bidang gizi masyarakat mengenai hubungan asupan kalsium, magnesium dan zat besi dengan kejadian *dismenore* primer dengan subjek penelitian pada siswi di SMK Muhammadiyah Bumiayu.